

Experiencias Positivas en la Juventud: Labilidad Emocional y Experiencias Traumáticas en Adultos

Nelson. C. Reis* (nelson.reis96@gmail.com), David. M. Santos* (dsantos259@hotmail.com), Telma. C. Almeida** (telma.c.almeida@gmail.com)

* Instituto Universitário Egas Moniz, Monte de Caparica, Portugal

** LabPSI – Laboratório de Psicologia Egas Moniz, CiiEM – Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Instituto Universitário Egas Moniz, Caparica, Portugal

Introducción

Experiencias Positivas

Las experiencias positivas en la infancia y la adolescencia abarcan relaciones interpersonales positivas y una buena relación con el cuidador primario. Estas experiencias positivas promueven un funcionamiento físico y mental saludable, estando normalmente, relacionadas a bajas exposiciones a eventos traumáticos en la edad adulta (Narayan, Rivera, Bernstein, Harris & Liebman, 2018).

Labilidad Emocional

La labilidad emocional se puede definir como la disregulación o problema emocional explicado por la incapacidad para controlar las emociones, llevando a una variación de estados de ánimo intensos (Look, Flory, Harvey, & Siever, 2010)

Impacto das Experiencias Positivas da Infancia y Adolescencia en la Vida Adulta

Algunos autores han estudiado la relación entre las experiencias positivas en la infancia y la adolescencia con la sintomatología en la edad adulta, como por ejemplo, la depresión y la agresividad. La literatura identifica que las experiencias positivas de apoyo social y emocional, las relaciones positivas con los cuidadores primarios y demostración de afecto de los cuidadores primarios actúan como amortiguadores de la sintomatología depresiva (Brinker & Cheruvu, 2017). Del mismo modo, el apego positivo, la popularidad y los logros personales en la infancia y adolescencia son factores protectores que actúan en la reducción de la agresividad y la violencia en la edad adulta (Dubow, Huesmann, Boxer, & Smith, 2016).

Consecuentemente, en una investigación con 6188 participantes, se demostró que las experiencias positivas en las relaciones interpersonales promueven competencias relacionales que contribuyen para la estabilidad emocional en la vida adulta (Bethell, Jones, Gombojav, Linkenbach, & Segeet, 2019).

Objetivos:

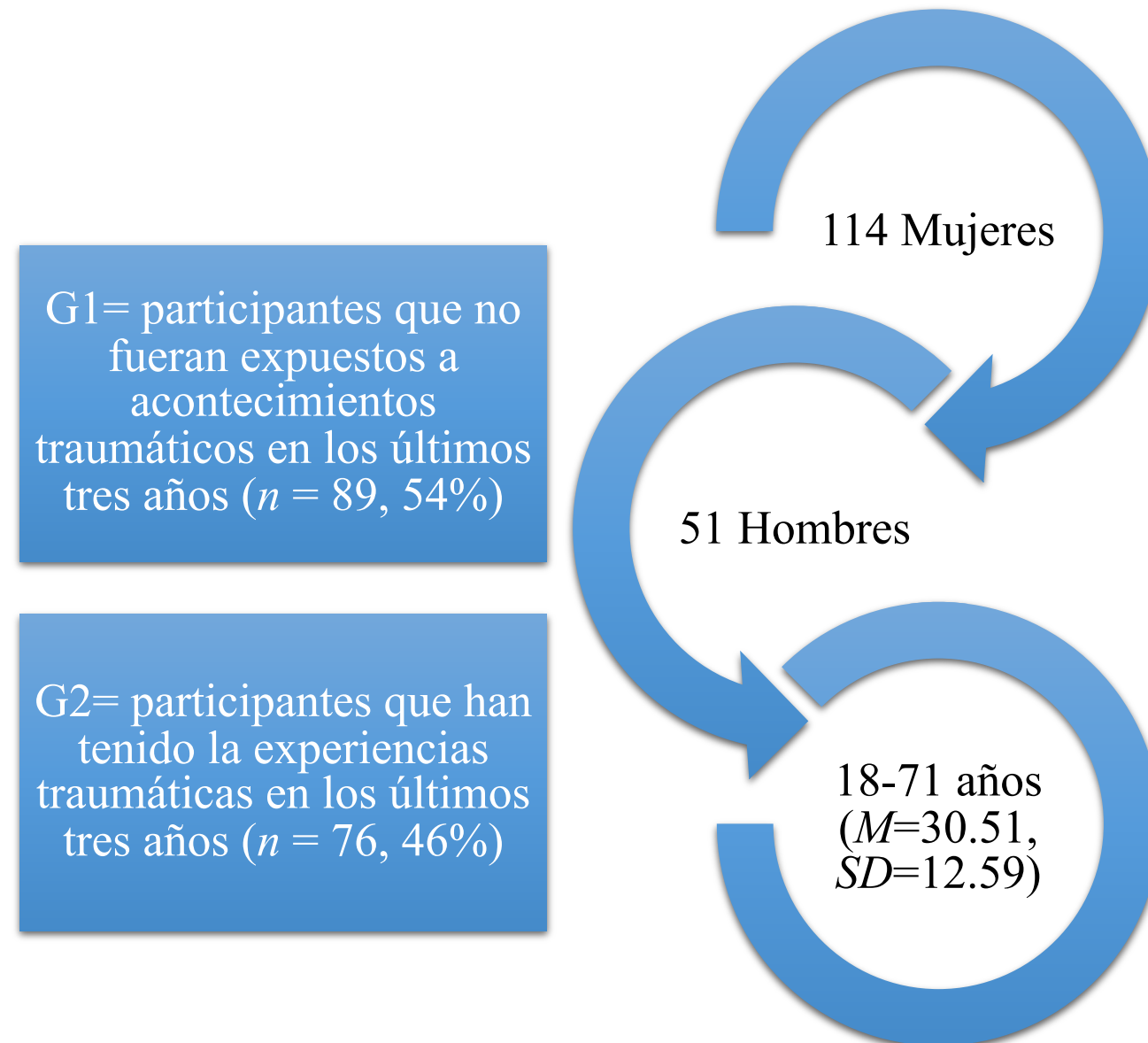
Estudiar la relación entre:

- experiencias positivas de la juventud y la labilidad emocional

- experiencias positivas de la juventud y experiencias traumáticas en la edad adulta.

Método

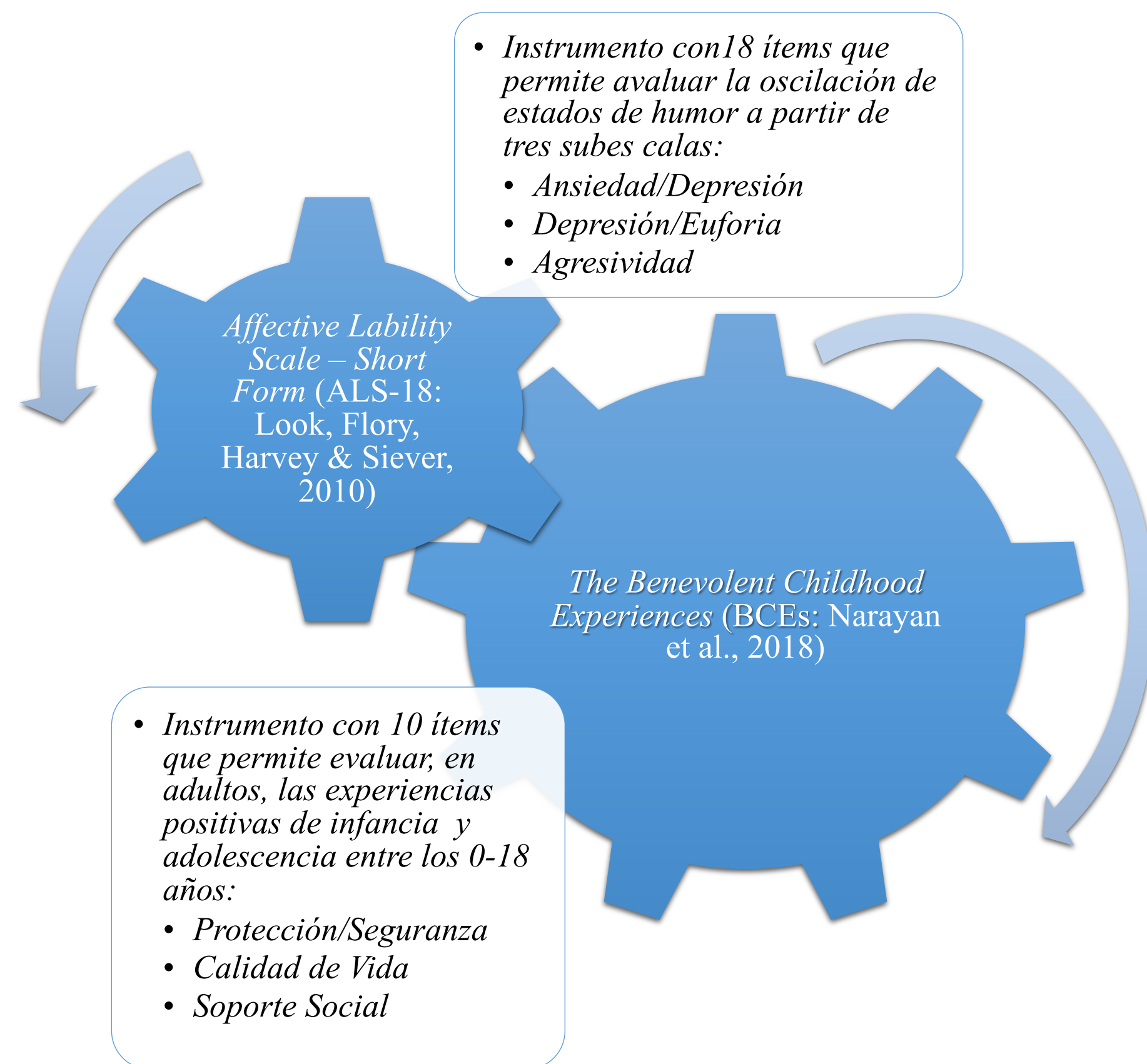
MUESTRA



PROCEDIMIENTO

Los participantes respondieron a un protocolo *online*. La investigación se realizó de acuerdo con los principios éticos de la declaración de Helsinki.

INSTRUMENTOS



Existen correlaciones estadísticamente significativas entre las experiencias positivas en la juventud y la labilidad emocional en edad adulta:

Experiencias de protección/seguridad y depresión/euforia ($V=.50, p< .001$)

Experiencias de protección/seguridad y agresividad ($V=.36, p= .003$)

Experiencias de calidad de vida y depresión/euforia ($V=.47, p< .001$)

Experiencias de soporte social y ansiedad/depresión ($V=.35, p= .031$)
depresión/euforia ($V=.44, p=.007$) y agresividad ($V=.39, p< .001$)

Discusión

Los resultados de nuestra investigación han demostrado que las diversas experiencias positivas durante la infancia y la adolescencia están relacionadas con la labilidad emocional en la edad adulta, ya que estas experiencias promueven habilidades en la regulación emocional en la edad adulta. Estos datos están corroborados por la literatura (Dubow et al., 2016). Además, los datos nos evidencian que individuos que tuvieran experiencias positivas durante la infancia y la adolescencia, tienen menor probabilidad de ser víctimas de trauma en la edad adulta.

Estos resultados apuntan para la importancia de crear un ambiente que promueva experiencias positivas en la vida de los niños y adolescentes, con la finalidad de promover un desarrollo psicológico saludable (Bethell et al., 2019; Narayan et al., 2018).

Referencias

- Bethell, C., Jones, J., Gombojav, N., Linkenbach, J., & Sege, R. (2019). Positive experiences and adult mental and relational health in a statewide sample: associations across adverse childhood experiences levels. *JAMA paediatrics*, 173 (11), 1-10.
- Brinker, J., & Cheruvu, V. (2017). Social emotional support as a protective factors against current depression among individuals with adverse childhood experiences. *Journal of Preventive Medicine Reports*, 5, 127-133.
- Dubow, E., Huesmann, L., Boxer, P., & Smith, C. (2016). Childhood and adolescent risk and protective factors for violence in adulthood. *Journal of Criminal Justice*, 45, 26-31.
- Look, A., Flory, J., Harvey, P., & Siever, L. (2010). Psychometric properties of a short form of the affective lability scale (ALS-18). *Journal of Personality and Individual Differences*, 49, 187-191.
- Narayan, A., Rivera, L., Bernstein, R., Harris., & Lieberman, A. (2018). Positive childhood experiences predict less psychopathology and stress in pregnant women with childhood adversity: a pilot scale of the benevolent childhood experiences (BCEs) scale. *The International Journal of Child Abuse and Neglect*, 78, 19-30.